Mode d'emploi Carte iTake® contraception 21/7

↗ Comment fonctionne votre carte de rappel iTake®

Votre carte de rappel iTake® peut vous aider à ne pas oublier de prendre votre pilule contraceptive au moment vous covenant le mieux. Dès que vous aurez activé votre iTake® celle-ci vous rappellera chaque jour (au même moment) de prendre votre pilule contraceptive en émettant un beep sonore. Une fois votre pilule prise, vous stoppez le signal sonore en poussant sur le bouton se trouvant sur la face avant de votre iTake®.
5 beeps successifs se feront entendre en confirmation.

Si vous ne poussez pas sur le bouton, le signal sonore continuera à être émis durant 3 heures avec un intervalle de 20 secondes. Il s'arrêtera de lui-même après 3 heures mais recommencera après un laps de temps de 8 heures. A ce moment là la durée du rappel sera de 1 heure. Cette alarme supplémentaire vous indique que vous avez oublié votre prise de pilule depuis 11 heures et que vous devez prendre votre pilule immédiatement.
Prenez votre pilule immédiatement et interrompez l'alarme en poussant sur le bouton principal se trouvant sur la face avant de votre carte iTake®. Si à ce moment, vous n'avez toujours pas pris votre pilule contraceptive, vous devez consulter le chapitre sur la procédure à suivre se trouvant dans la notice de votre boîte de pilules. En cas de doute sur ce que vous devez faire, consultez votre médecin.

La carte iTake® vous avertira avec des beep sonores les jours ou vous devez prendre votre pilule contraceptive. ***Elle ne sonnera pas durant les 7 jours ou vous ne devez pas prendre votre pilule.*** Lorsqu'un cycle complet de 28 jours est terminé, votre carte iTake® recommencera automatiquement le premier jour d'un nouveau cycle.

↗ Mise en route de votre carte iTake®

Vous devez activer votre carte iTake® avant de pouvoir l'utiliser. Faites le lorsque vous commencer une nouvelle plaquette de pilule au moment le plus opportun pour vous.

1. Retirer la bandelette de plastique
2. Presser le bouton bleu sur la face avant pendant +/- 3 secondes jusqu'au moment ou vous entendez un beep sonore. Votre carte iTake® est maintenant activée.
3. Prenez votre première pilule
4. A partir de ce moment votre carte iTake® sonnera chaque jour à la même heure afin de vous rappeler de prendre votre pilule.

↗ Interrompre l'alarme de votre carte iTake® pour un jour.

Il pourrait advenir que pour une raison particulière (ex : concert, vous vouliez dormir plus tard, vous avez une réunion, ...) vous ne souhaitez pas que votre carte iTake® sonne. Dans ce cas, vous pouvez interrompre l'alarme pour un jour. Cela peut-être fait à n'importe quel moment de la journée. Vous pouvez supprimer la prochaine alarme en poussant sur le bouton pendant +- 3 secondes. Vous entendrez 2 beeps suivi de 5 beeps. Cela signifie que votre rappel est supprimé pour le prochain rappel. Le jour suivant votre carte iTake® sonnera normalement à la bonne heure.
Dans le cas ou vous faite une mauvaise manipulation ou simplement si vous changez d'avis, vous pouvez réactiver la carte iTake® en pressant le bouton pendant +- 3 secondes jusqu'au moment ou vous entendez 5 beeps suivi de 2 beeps.

↗ Vérification du mode de votre Carte.

Si vous voulez savoir si votre carte iTake® est en mode actif ou non, il suffit de presser brièvement le bouton. Si vous entendez 2 beeps votre carte iTake® est parfaitement active et sonnera normalement pour vous avertir de la prochaine prise de pilule.
Si vous entendez 5 beeps cela signifie que votre carte iTake® est inactive et ne sonnera pas lors de la prochaine prise (voir interrompre l'alarme pour un jour)

↗ Réinitialiser votre carte iTake®

Si vous désirez changer l'heure de prise de votre pilule vous devez réinitialiser votre carte iTake®.Cela ne peut-être fait que lorsque vous commencer une nouvelle plaquette car la réinitialisation de la carte iTake® signifie que celle-ci va démarrer sur un nouveau cycle de 28 jours.
Pour réinitialiser la carte iTake®, il suffit d'introduire la pointe d'un stylo à bille ou d'un trombone dans le trou se trouvant à gauche du bouton principal. Vous entendrez un long beep comme confirmation. Maintenant vous pouvez démarrer votre carte iTake® au moment que vous aurez choisi.

↗ Signal de batterie faible.

La batterie de votre carte iTake® à une durée de vie approximative de 1 an. Lorsque la batterie arrive en fin de vie, votre carte vous avertira en émettant 2 beeps toutes les 15 minutes. Vous pouvez continuer à utiliser votre carte iTake® jusqu'à la fin de votre votre cycle actuel. Ensuite vous devez recycler votre carte iTake® (voir chapitre recycler ma carte) et en demander une nouvelle à votre médecin.

↗ Instructions de manipulation.

Votre carte iTake® n'est pas un jouet. Garder là éloignée des enfants. Votre carte iTake® peut être utilisée dans des températures situées entre 10° C et 50° C et tenue à l'écart de toute source humide. Votre carte iTake® est un appareil électronique et vous devez la traiter avec soin. Ne pas l'exposer à des sources de chaleur, la tenir à l'écart de l'eau et de produits chimiques,... Ne pas l'exposer à des sources intenses de vibrations afin d'éviter un mauvais fonctionnement de la carte iTake®.

Votre carte iTake® est certifiée et marquée CE et est conforme à la directive Européenne 2004/108/EC

↗ Recyclage de la carte.

Ouvrez la carte en plaçant un petit tournevis dans l'encoche se trouvant sur le côté droit. Enlevez la batterie et déposez là dans un point de collecte. Les autres parties de la carte peuvent être jetées conformément aux réglementations locales sur le tri des déchets.

↗ Pour plus d'information sur l'utilisation de votre carte :

+32 (0) 2 373 70 60 // info@i-take.be

iTake®